" إدمان الإنترنت وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين "

د / محمد أحمد شاهين

• **المستخلص** :

إدمان الإنترنت بدأ ينظر إليه كمشكلة مهمة لدى الشباب بدءً بإساءة الاستخدام للإنترنت. وعليه، فقد هدفت الدراسة الحالية التعرف إلى واقع إدمان الإنترنت وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة في فلسطين، وطبيعة الفروق بين الطلبة في درجات كل من الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية، باختلاف الجنس ومستوى الاستخدام للإنترنت. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وطبقت مقاييس الدراسة على عينة متيسرة قوامها (٤٥٠) طالبا وطالبة من خمس جامعات فلسطينية، وتراوحت أعمارهم ما بين (١٩- ٢٦) عاما، بمتوسط عمري قدره (22.71) وانحراف معياري (2.31). أظهرت النتائج بأن متوسط إدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة وصل إلى (3.00)، أي بدرجة متوسطة بحسب معايير المقياس المستخدم. وبلغ متوسط الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة (2.58)، أي بدرجة متوسطة. كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة في المتوسطات الحسابية لإدمان الإنترنت أو الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة تبعا لمتغير الجنس، وأن درجة إدمان الإنترنت أو الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة ترتفع كلما ارتفع مستوى الاستخدام للإنترنت. وبينت النتائج وجود علاقة ارتباط موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية، حيث بلغ معامل الارتباط بينهما (0.27)، أي كلما ازدادت درجة الإدمان على الإنترنت تزداد درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة.

كلمات مفتاحية: إدمان الإنترنت، الشعور بالوحدة النفسية، طلبة الجامعة.

Internet Addiction and its Relationship to Psychological Loneliness among University Students in Palestine

Abstract

Internet addiction has begun to be an important problem with youngsters starting to misuse interment. Accordingly, the present study aimed to identify the reality of Internet addiction and its relationship to the psychological loneliness among a sample of university students in Palestine, and the nature of the differences in Internet addiction and psychological loneliness according to gender and the Internet usage level among students. The study used a descriptive correlative approach, through an available sample of (450) students from five Palestinian universities, where there ages were between (19-26) years with an average of (22.71) and standard deviation (2.31).The results showed that the level of Internet addiction among university students was moderate with an average (3.00), and so the psychological loneliness with an average reached (2.58). The results also indicate a lack of significant differences in the averages of Internet addiction or psychological loneliness among students according to gender, and that the degree of Internet addiction or psychological loneliness among students rises higher with the level of Internet usage. The results showed the existence of a positive statistically significant correlation between Internet addiction and psychological loneliness, where the correlation coefficient between the two was (0.27), i.e., the greater degree of Internet addiction causes an increase in the degree of psychological loneliness among students.

Keywords: Internet addiction,Psychological loneliness,University students.

• **مقدمة** :

الإنترنت هو الوسيلة الرائعة الجديدة التي بدأت تشكل جزء رئيساً من حياتنا اليومية، حيث يمكن للأفراد استخدام شبكة الإنترنت عبر وسائط متعددة سواءً أكان ذلك عبر جهاز الحاسوب الثابت أو المحمول، جهاز الهاتف المتنقل، أم الآي باد، ....، وغيرها من الأجهزة التي يصعب حصرها. وقد أصبح الناس هذه الأيام يستخدمون الإنترنت أكثر مما كانوا يستخدمونه قبل (١٠- ١٥) سنة، فنسبة المستخدمين في تزايد مطرد باستمرار، والحاجة إلى استخدام الإنترنت لم تعد موضع نقاش في عصرنا الحالي. هذه المعطيات التي لا تخفى على أحد، تستدعي ضرورة تحديد أثر هذا التطور التكنولوجي على الصحة العقلية والنفسية للراشدين والأطفال، فكما استخدم الإنترنت بوصفه أداة مفيدة، فإن إمكانات الإفراط في استخدامه واردة، والتي قد تؤدي إلى الإدمان. وهذا ما جعل الدراسات في مجال الإنترنت وآثاره على الأفراد موضع اهتمام في كل البيئات والثقافات في الفترة الأخيرة.

لقد فتحت طبيعة الإنترنت مجالاً جديداً في التفاعل الاجتماعي مع وعود بزيادة الكفاءة وتفهم عالمي (Nalwa & Anand, 2003). وخلال العقود الأخيرة فإن التطبيقات التفاعلية للإنترنت مثل غرف الدردشة، والبريد الإلكتروني، وحلقات النقاش، وصفحات التواصل الاجتماعي، وغيرها، قد اكتسبت الكثير من الشعبية في أوساط المراهقين (Young & Tung, 2007). وتؤكد الدراسات أن الوظائف التفاعلية للإنترنت ترتبط بزيادة المخاطر المتنامية لإدمان الإنترنت، كما أصبحت شبكة الإنترنت جزءً لا يتجزأ من السياق الاجتماعي المحيط بالمراهقين في هذه الأيام (Subrahmanyam & Lin, 2007)

وفي دراسة مسحية حول معدلات استخدام الإنترنت أجريت في العام ٢٠٠٨ في (١٣) بلدا، أظهرت النتائج أن نسبة الانتشار لاستخدام الإنترنت لدى المراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين (١٢- ٢٤) بلغت (٨٨٪) في الولايات المتحدة، و(١٠٠٪) في بريطانيا، و(٩٥٪) في كندا، وأعلى من (٧٠٪) في سنغافورة. كما أن معدل النمو في أعداد مستخدمي الإنترنت هو في تزايد مستمر خاصة في الدول النامية ومنها الدول العربية، فمثلا في السعودية بلغ معدل النمو لأعداد مستخدمي الإنترنت بين العامين ٢٠٠٠ و ٢٠٠٨ (١٤,٠٨٪) (Reuters, ٢٠٠٨).

ففي حين كان أقل من نصف المجتمع الأمريكي يستخدم الإنترنت في العام ٢٠٠٢، وجدت دراسة بيوانترنت ومشروع الحياة الأمريكية (Fellows, 2008) أن حوالي ثلثي الأمريكيين يستخدمون الإنترنت باستمرار وينخرطون في مختلف الأنشطة على الإنترنت مثل فحص البريد الإلكتروني، وإرسال الرسائل الفورية، والمدونات، والألعاب على الإنترنت، وشراء البضائع، وتخزين البيانات، والمشاركة في لعب القمار على الإنترنت. بالإضافة لذلك، فقد أصبح الوصول إلى الإنترنت أسهل من أي وقت مضى، فمثلا (٥٥٪) من الأمريكيين لديهم سرعة دخول عالية على الإنترنت في منازلهم، والنسبة المئوية للحصول على وصلات سرعة عالية على الإنترنت يفترض أن تكون أعلى لدى طلبة الجامعة. وكل ذلك أثار قلق

الباحثين حول إمكانية حصول الإنترنت على نفس الخصائص كما الإدمان على الكحول والمخدرات والقمار (Block, 2008; Young, 2004).

وفي فلسطين، فقد بلغت نسبة الأسر التي لديها اتصال بالإنترنت (٣٢,١٪) بواقع (٣٤,٣٪) في الضفة الغربية، و(٢٧,٩٪) في قطاع غزة في العام ٢٠١٢. كذلك فإن هنالك ازياد ملحوظ في نسب الاستخدام للإنترنت بين الأسر والأفراد، فقد وصلت نسبة الأسر التي لديها الإنترنت في فلسطين إلى ما يقارب الثلث بقليل (٣٠,٤٪) من الأسر في العام ٢٠١١، مقارنة مع (٩,٢٪) من الأسر لديها إنترنت في العام ٢٠٠٤. في حين أن أكثر من نصف الشباب في فلسطين (١٥- ٢٩) سنة يستخدمون الإنترنت (٥٥,٠٪) في العام ٢٠١١ مقارنة مع حوالي (٢٥,٠٪) في العام ٢٠٠٤. (الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني ووزارة الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات، ٢٠١٣). وهذا يؤشر بأن الاستخدام للإنترنت في فلسطين وإن كانت أدنى مما هي في بعض الدول المتقدمة تكنولوجيا، إلا أنه لا يختلف كثيرا عما هو موجود في الدول المجاورة وحتى دول العالم الصناعي، وهو في تزايد مطرد.

ورغم أن زيادة استخدام الإنترنت تؤشر نحو وضع إيجابي إلا أن هذا الاستخدام يجب أن يكون حكيما وواعيا، فالزيادة في استخدام الإنترنت تؤدي إلى زيادة في عدد المستخدمين غير الواعين، كما أن الاستخدام اللاواعي للإنترنت يؤدي إلى إفراط في سوء الاستخدام للإنترنت، إن هذا الاختلاف في توصيف وتسمية الاستخدام غير الواعي للإنترنت انعكس على وجود اختلافات في التعريفات المتعددة لإدمان الإنترنت.

ويفضل يونج (Young, ١٩٩٦) استخدام مصطلح "إدمان الإنترنت" (Internet addiction)، مع أولئك الذين يسيئون استخدام الإنترنت، بينما مورهان وشوماخر(Morhan- Martin, Shumacher, 2000) استخدما مصطلح "استخدام الإنترنت المرضي" (Pathological internet use)، واستخدم ديفز وفلت وباسر (Davis, Flett & Besser, 2002) مصطلح "إشكالية استخدام الإنترنت" (Problem intent use) (Caplan, 2002; Ozcan & Buzla, 2005). وقد استخدم في الدراسة الحالية مصطلح "إدمان الإنترنت"، باعتباره المصطلح الأكثر استخداما في الأدب التربوي.

إن استخدام الإنترنت المفرط هو أقرب ما يكون إلى الإدمان حتى لو لم يتطابق مع إدمان المخدرات مثلا، فكلاهما يعبر عن تجربة ذاتية ويجمع بينهما تغير المزاج، والانسحاب الاجتماعي، والصراع، والشعور بالضيق والكدرة والوحدة والتي غالبا ما تظهر أعراضها عند توقف الفرد عن استخدام الإنترنت. وهنالك فرق بين من يستخدم الإنترنت بشكل طوعي وبإفراط دون مبرر أو حاجة موضوعية، ومن يستخدمه لأن طبيعة عمله تحتاج استخداما مفرطا للإنترنت، فالحالة الأولى هي إدمان الإنترنت، أما الحالة الثانية فلا تقع ضمن هذا التصنيف (Selfhout et al., 2008).

لقد كان أول من استخدم مصطلح إدمان الإنترنت هو جولد بيرج (Goldberg) عام ١٩٩٥، ثم تبعه يونج "Young" عام ١٩٩٦، ويقصد بإدمان

الإنترنت "تعكر المزاج واضطراب السلوك تبعاً له عندما يحرم الشخص من استخدام الإنترنت" (Mitchell, 2000:632).

وعرف مورهان – مارتن وشوماخر (Morhan- Martin Chumacher, 2000) إدمان الإنترنت باعتباره الاستخدام المكثف للإنترنت، وعدم القدرة على التحكم في هذا الاستخدام الذي يؤدي إلى ضرر جدي على حياة الأفراد. أما ديفيس (Davis, 2001)، فقد عرف إدمان الإنترنت بأنه حالة نفسية تتضمن أفكارا غير متوافقة وسلوك مرضي، بينما عرفه يونج (Young, 2007) باعتباره اضطرابا سريريا جديدا أو غير معروف بشكل عام، والذي يمكن أن يؤثر على قدرة الفرد في التحكم في مسار حياته اليومي ومن خلال خلق مشكلات اجتماعية ومهنية، وعلاقات لديه. وتجمع هذه التعريفات الثلاثة على أن إدمان الإنترنت هو حالة نفسية تؤذي الحياة الاجتماعية والمهنية للأفراد.

وينتشر إدمان الإنترنت بين الفئات العمرية والطبقات الاجتماعية والمستويات المهنية كافة، حيث ذكرت دراسات مبكرة أن معدل انتشاره بين مستخدمي الإنترنت تتراوح بين (٤٠- ٨٠)٪، لكن الدراسات الحديثة تتحدث عن معدلات تتراوح بين (٦- ١٤)٪، وأن أعمار مدمني الإنترنت هي بين (٢٩- ٤٣) سنة (Chou & Hsiao, 2000)، بينما تشير دراسات أخرى إلى أن معدلات إدمان الإنترنت تتراوح بين (١٥- ٢٠)٪، وأن أعمار المدمنين هي بين (١٨- ٥٥) سنة (Shapira et al., ٢٠٠٠).

وبلغ الاهتمام العالمي بمشكلة إدمان الإنترنت حد إنشاء أقسام خاصة لعلاج إدمان الإنترنت في المستشفيات، وإنشاء عيادات نفسية متخصصة في علاج إدمان الإنترنت، كان أولها في جامعة هارفارد الأمريكية عام ١٩٩٦. وقامت يونج "Young" بتأسيس وإدارة مركز متخصص لإدمان الإنترنت في جامعة بتسبرغ عام ١٩٩٨، وأصدرت مجلة نفسية متخصصة في إدمان الإنترنت (Widyanto & Mcmurran, 2004).

وفي المقابل، لا بد من الإشارة إلى نتائج بعض الدراسات التي أظهرت أن استخدام الإنترنت يسهم في إتاحة فرص الترفيه أمام الأفراد وبما ينعكس إيجابا على حالتهم النفسية (Show & Gant, 2002)، بل إن دراسة مورجان وكوتون (Morgan & Cotton, 2003) أظهرت أن استخدام الإنترنت له علاقة بانخفاض معدل الإكتئاب من خلال إسهامه في تكوين علاقات جديدة وتوفير دعم اجتماعي للأفراد يسهم في إيجاد حل ذاتي لكثير من مشكلاتهم كما أنه يكسبهم تدريبا على المهارات الاجتماعية التي هي من أهم المطالب في مرحلة المراهقة. كما أن التواصل عبر الإنترنت يعد أحد المداخل العلاجية الواعدة لعلاج الخجل من خلال ما يوفره من عوالم إفتراضية وانخفاض فرص الرفض والصد من الطرف الآخر، وأثر ذلك في الحد من الخجل (Cornwel & Lundergen, 2001).

وعندما يفرط الإنسان في استخدام الإنترنت بصورة مبالغ فيها، تزيد عن مجرد الاستخدام الطبيعي المعتاد من حيث المدة الزمنية ونوعية وأغراض الاستخدام أو التطبيقات، ويجد الفرد نفسه مدفوعا بشكل قسري دون حاجة

فعلية ملحة إلى استخدام الإنترنت ولا يستطيع التوقف عن هذا السلوك أو مقاومته أو السيطرة عليه أو التحكم في دفعاته، كنوع من السلوك القهري الذي يترتب عليه نتائج سلبية وآثار سيئة على المستوى الإجتماعي والأسري والجسدي والمهني والنفسي، عندئذ يكون هذا السلوك إعتياديا ويصبح الفرد مدمنا.

ويرى البعض أن عامل الوقت وحده يعدُ مؤشراً كافياً على إدمان الإنترنت، ولكن يجب أخذه ضمن سياق من العوامل الأخرى. وقد اعتبرت دراسة جامعة ستانفورد (Stanford University) عام ٢٠٠٠ أن من يقضون أكثر من (١٠) ساعات أسبوعيا على الإنترنت هم مدمنون، وبلغت نسبتهم (٣٥٪) من عينة الدراسة. وتتفاوت المدة التي يراها المختصون كافية للحكم على مستخدم الإنترنت بأنه مدمن، لكن يتفق خبراء العلاج النفسي في الإتحاد الأوروبي على أن قضاء أربع ساعات أو أكثر يوميا على الإنترنت ولمدة عام كامل بحيث يؤثر ذلك سلبيا على جوانب حياة الفرد الاجتماعية والمهنية والأسرية والدراسية والمالية، هو مؤشر صادق على إدمان الإنترنت لديه (محمد، ٢٠٠٦ ;Charlton, 2005).

وقد تحدد السلوك الاعتيادي على الإنترنت في السلوكيات الآتية: الفشل في أداء الالتزامات الأساسية في العمل والحياة، وكثرة الاستخدام مع قلة الاستمتاع، والضجر والهياج والقلق عند الخروج من الإنترنت، والاستخدام المطول الممتد وفشل المحاولات للتوقف أو حتى التحكم فيه أو الإقلال منه، واستمرار الاستخدام بالرغم من معرفة المشكلات المترتبة عليه (الشماس، ٢٠٠٦).

وأشار الدليل الإحصائي والتشخيصي الأمريكي الرابع للاضطرابات النفسية الصادر عن الجمعية (American Psychological Association, 2000) النفسية الأمريكية إلى معايير إدمان الإنترنت، والتي تتمثل في: توق شديد أو نوع من القسر لاستخدام الإنترنت، وانخفاض السيطرة على الوقت الذي يستخدم فيه الفرد الإنترنت، وأعراض الانسحاب، إذا لم يستخدم الفرد الإنترنت، أو إذا ما انخفض الوقت الذي يستخدم فيه الإنترنت، وتختفي هذه الأعراض الخاصة عند استخدام الإنترنت ثانية، ونمو القدرة على التحمل تجاه الإشباع في استخدام الإنترنت ومن ثم "زيادة الجرعة"، أي أن الفرد لا يعود راضيا أو لا يشعر بالإشباع من استخدام الإنترنت، ويتوق دائما إلى المزيد، وتضيق الحياة على استخدام الإنترنت، وبشكل خاص إهمال مظاهري أخرى، مثل: الشريك، والأسرة، والمهنة، والمتع الأخرى أو مجالات الاهتمام الأخرى. ويتزايد استهلاك الوقت المستخدم في "الجلوس على الإنترنت" واستخدامه، وينقص الوقت الذي يستريح فيه الفرد، واستمرار استخدام الإنترنت على الرغم من العواقب الشديدة المضرة، وإدراك الفرد لهذه العواقب والأضرار أو أن كان عليه أن يعرفها مسبقا.

ويعرف إدمان الإنترنت – كما حددته الجمعية الأمريكية – بأنه استخدام الإنترنت بما يتجاوز (٣٨) ساعة أسبوعيا لغير حاجة العمل، مع الميل إلى زيادة ساعات استخدام الإنترنت لإشباع الرغبة نفسها التي كانت تشبعها ساعات أقل من قبل، مع المعاناة من أعراض نفسية وجسمية عند انقطاع الاتصال بالشبكة، ومنها التوتر النفسي، والقلق، وتركيز التفكير بشكل قهري حول الإنترنت وما

يجري فيه، وأحلام وتخيلات مرتبطة بالإنترنت، وحركات إرادية ولا إرادية مرتبطة بالإنترنت لتخفيف أو تجنب أعراض الانسحاب، إضافة إلى الميل لاستخدام الإنترنت بمعدل أكثر تكرارا أو لمدة زمنية أطول تتجاوز ما كان يخصصه الفرد أصلا (شند، ٢٠٠٨).

وتشير الحسيني (٢٠٠٠: ٤٨٢) إلى الشعور بالوحدة النفسية بأنه "إحساس الفرد بافتقاد المهارات الاجتماعية اللازمة للانخراط في علاقات مشبعة مع الآخرين والإحساس بالاغتراب وإهمال الآخرين له وافتقاد الصحبة والألفة مع الآخرين. وهو بالتالي يتضمن خبرة وجدانية غير سارة تختلف عن العزلة الاجتماعية، وهو يمثل إدراكا ذاتيا للفرد بوجود نواقص في نسيج شبكة علاقاته الاجتماعية.

وفي السنوات الأخيرة، اختبرت دراسات عديدة العلاقة بين إدمان الإنترنت والعوامل النفسية، فأظهرت بعض الدراسات أن العوامل المعرفية مثل الإيجابية العالية للنتائج المتوقعة والمرتبطة باستخدام الإنترنت كمساعدتهم في نسيان مشاكلهم، وعوامل عاطفية (مزيد من أعراض الاكتئاب)، والعوامل السلوكية (اندفاع أكبر)، وعوامل شخصية (نمط التعلق غير الآمن)، هي تأثيرات متوقعة للإفراط في استخدام الإنترنت (Morrison & Gorem 2010; Cao et al., 2007; Lin et al., 2005). كما وجدت دراسات سابقة أثرا لعوامل ديموغرافية وسوسيولوجية، كالجنس، ووقت استخدام الإنترنت، والدعم الاجتماعي، والرضا عن الأداء الأكاديمي، وسهولة الوصول إلى الإنترنت تبعا لمستوى نجاح المراهقين، وفترة الاتصال بالإنترنت (Tsai et al., 2009; Jang, Hwang, & Choi, 2008; Turner, Gordon, & Young, 2004).

وقد حاولت دراسة ليو وآخرين (Liu et al., 2003) الكشف عن العلاقة بين استخدام الإنترنت وكل من سمات الشخصية وجودة الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة بعد تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات: مفرطي استخدام الإنترنت، ومتوسطي استخدام الإنترنت، والعاديين في استخدام الإنترنت، فأشارت النتائج إلى أن مستخدمي الإنترنت استخدما عاديا كانوا أكثر تحسنا في المجال النفسي والجسدي ومستوى جودة الحياة وأكثر انبساطية، وأن الإفراط في استخدام الإنترنت يرتبط ارتباطا دالا بالانطواء والعصابية والنقص في مستوى جودة الحياة.

وقد أظهرت دراسة والاسي (Wallace, 1999) أن معدل عدد الساعات التي يقضيها الشخص في استخدام الإنترنت بلا مبرر موضوعي ترتبط إرتباطا موجبا مع تزايد معدلات الشعور بالوحدة النفسية والكآبة والعزلة. بل إن الشعور بالوحدة النفسية قد يكون سببا أو دافعا لاستخدام الإنترنت على نحو مفرط (Whitty & Mcloughin, 2007)، مع الإشارة إلى أن العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وإدمان الإنترنت ليست مؤكدة.

وفي دراسة أجراها كراوت وآخرون (Kraut et al., 1998)، أشارت النتائج إلى أن استخدام الإنترنت بصورة كبيرة له علاقة بتدهور اتصال الأفراد داخل الأسرة ببعضهم البعض، مما أدى إلى نقص حجم الدوائر الاجتماعية للفرد

والشعور بالوحدة النفسية. أما دراسة شو وهسياو (Shou & Hsiao, 2000))، وكما ورد لدى لدى سهيل وبارجيس (Suhail & Bargees, 2006)، فقد أظهرت نتائجها أن الإنترنت تختطف الأفراد من حياتهم الاجتماعية وتحد من علاقاتهم الاجتماعية، وبالتالي يصبح الأفراد وحيدين، وتجعلهم يختبرون صعوبات شخصية.

وأظهرت نتائج دراسة باولاك (Pawlak, 2002) على طلبة المدارس الثانوية من الصفوف (٨- ١٢) وجود ارتباط دال بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية وإدمان الانترنت، وأن طلبة المدرسة الثانوية الذين يعايشون مستويات مرتفعة من الشعور بالوحدة النفسية وانخفاض مستوى المساندة الاجتماعية يتجهون نحو الإنترنت لخفض تلك المشاعر. كما بينت نتائج دراسة بين (Bin, 2006) على عينة من الطلبة الجامعيين، أن الطلبة المعتمدين على الإنترنت كانوا أكثر شعورا بالوحدة النفسية من أولئك الذين لايعتمدون على الإنترنت.

وأشارت دراسة كيم وزملائه (Kim et al., 2006) إلى أن الذين يستخدمون الإنترنت باستمرار يحاولون إخفاء هذا الأمر عن أسرهم، وهذا يؤدي إلى ظهور تدهور في العلاقات الأسرية. كما أظهرت دراسة ني و إربرنج (Nie & Erbring's, 2000) أن (٢٥٪) ممن يستخدمون الإنترنت لأكثر من (٥) ساعات أسبوعيا، إنما يقضون وقتا أقل مع أصدقائهم وأسرهم، وأن (١٠٪) منهم ليسوا معنيين بما يحدث حولهم.

وتوصلت دراسة أبو المكارم (٢٠٠٧) إلى وجود فروق دالة بين مدمني الإنترنت وغير المدمنين في سلوكيات استخدام الإنترنت (مكان الاستخدام، والأوقات، وأنواع النشاطات)، وكذلك الدلالة للفروق في كل من السلوكيات والمعارف غير التوافقية، والنتائج السلبية المرتبطة بالاستخدام المفرط للإنترنت. وأظهرت نتائج دراسة موهيو (Mu HU, 2007) أن الأفراد الذين يتسمون بدرجة عالية من الوحدة والعزلة كسمة من سمات شخصياتهم، تزداد لديهم العزلة والشعور بالوحدة في حال اعتمادهم على استخدام الإنترنت بشكلٍ مبالغ فيه، وتقلل قدرتهم على المواجهة وإقامة علاقات اجتماعية مباشرة وجها لوجه.

وأوضحت نتائج دراسة زيدان (٢٠٠٨) وجود علاقة إرتباطية موجبة دالة بين إدمان الإنترنت وكل من القلق والاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية. كماٍ أظهرت نتائج دراسة القرني (٢٠١١) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين إدمان الإنترنت وكل من الاكتئاب والقلق الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية، مع عدم وجود لهذه الفروق في إدمان الإنترنت باختلاف التخصص لدى طلبة جامعة الملك عبد العزيز.

وتأكيداً على ما أشار إليه جروس (Gross, 2004) من أن التواصل المستمر عبر الإنترنت واستخدامه المفرط يمكن أن يؤدي إلى عزلة اجتماعية لدى الأفراد، فقد أظهرت نتائج العديد من الدراسات أن هنالك علاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة (Caplan, 2002, Park & Song, 2002; Ozcou & Buzlu, 2007).

ودرس إزكلار وزار واكسوز (Iziklar, Zar & Aksoz, 2011) العلاقة بين إدمان الإنترنت والرفاه الذاتي لدى المراهقين في المدارس الثانوية، فأظهرت النتائج وجود فروق دالة بين الرفاه الذاتي وتزايد إدمان استخدام الإنترنت في السنوات الأخيرة. وأظهرت دراسة إبراهيم (٢٠١٠) وجود علاقة إرتباطية موجبة دالة بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية، ووجود علاقة إرتباطية سالبة دالة بين إدمان الإنترنت والطمأنينة النفسية، ولم تختلف الصورة باختلاف الجنس. كما أشارت الدراسة إلى وجود فروق دالة بين الجنسين من طلبة الجامعة في إدمان الإنترنت لصالح الذكور، ووجود أثر دال لكل من العمر، وعدد ساعات استخدام الإنترنت وتفاعلهما معا على إدمان الإنترنت.

واسترعت الفروق بين الجنسين اهتمام الباحثين في مجال إدمان الإنترنت، فأظهرت نتائج الدراسات تناقضا في تحديد الفروق بين الجنسين في إدمان الإنترنت، حيث كانت نتائج دراسة طايع (٢٠٠٠) تشير إلى عدم وجود فروق دالةٍ بين الجنسين في إدمان الإنترنت، في حين أظهرت دراسة إبراهيم (٢٠١٠) فروقا دالة بين الجنسين، ولصالح الذكور. وأظهرت كذلك دراسة وانغ ولي (Whang & Lee, 2003) وجود فروق بين الجنسين في إدمان الإنترنت لصالح الذكور. أما دراسة خيرخا وجابلي وجوران وهاشمي (Kheirkhah, Ghabli, Gouran & Hashemi, 2008)، فهي الدراسة الوحيدة التي أمكن الوصول إليها وأظهرت نتائجها أن الفروق في إدمان الإنترنت كانت لصالح الإناث.

وعند تفحص الدراسات السابقة، يمكن أن نرى بوضوح كيف أن إدمان الإنترنت يؤثر سلبا على الأفراد من الناحية الاجتماعية والنفسية، فأظهرت نتائج الدراسات السابقة أن الشعور بالوحدة النفسية هو من المتغيرات الرئيسة التي لها علاقة بإدمان الإنترنت.

- **مشكلة الدراسة** :

بما أن إدمان الإنترنت يؤثر سلباً على حياة الأفراد الاجتماعية والمهنية، وأظهرت البحوث أن معدلات إدمان الإنترنت تتراوح بين (١- ١٤)٪ في العديد من دول العالم، فقد أصبح البحث في إدمان الإنترنت ليس مجرد قضية (Chou & Hsiao, 2000). ورغم أن الدراسات حول الإدمان على الإنترنت شائعة في العالم، إلا أنها محدودة في البيئة العربية، ولم يتسنى للباحث الوصول لأي منها في البيئة الفلسطينية.

وحيث أن طلبة الجامعة هم أكثر شرائح المجتمع قابلية وتعرضاً لإدمان الإنترنت، باعتبارهم يمرون في مرحلة نمو نفسي واجتماعي مهمة هي مرحلة الهوية أو ما بعدها مباشرة، والتي تتطلب إنشاء علاقات شخصية- اجتماعيةٍ، فإنه يمكن القول أن طلبة الجامعات قد يكونون بشكل أو بآخر أكثر اعتمادا على الإنترنت مقارنة بأي من فئات المجتمع الأخرى، خاصة وأنه يقودهم دافع قوي لتطوير إحساس راسخ بالهوية، وحاجة إلى تطوير علاقات هادفة مع زملائهم، إضافة إلى ما توفره الجامعة من فرص أوسع لاستخدام الإنترنت لأغراض تعليمية أو إجرائية، وبالتالي تشكل الجامعة أرضية تربوية رئيسة

لإدمان الإنترنت. وقد سعت الدراسات الحديثة إلى أن تركز اهتمامها على إدمان الإنترنت لدى الطلبة الجامعيين، وأن تأخذ بالاعتبار إدمان الإنترنت كظاهرة مستقلة، بحيث يتسنى للباحثين في مجال الصحة النفسية والمختصين في الشؤون الطلابية الوصول إلى الروابط والسوابق والنتائج لهذه الظاهرة المتمثلة في إدمان الطلبة على الإنترنت، والتعرف إلى عوامل الخطر المرتبطة بها (Eastin, 2005). ومن هنا جاءت هذه الدراسة للوقوف على واقع إدمان الإنترنت لدى الطلبة الجامعيين في فلسطين وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لديهم، إضافة إلى تقصي الفروق في درجة هذا الإدمان باختلاف الجنس للطلبة ومستوى استخدامهم للإنترنت. وعليه، فقد تمثلت مشكلة الدراسة في التساؤلات الآتية:

- السؤال الأول: ما مستوى إدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة في فلسطين؟
- السؤال الثاني: ما مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين؟
- السؤال الثالث: هل يختلف مستوى كل من إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين تبعا لاختلاف الجنس ومستوى الاستخدام للإنترنت؟
- السؤال الرابع: هل توجد علاقة ارتباطية بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين؟

- **أهداف الدراسة** :

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- الوقوف على واقع إدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة في فلسطين واختلافه بحسب جنس الطالب، ومستوى الاستخدام للإنترنت.
- بحث العلاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة.
- تطبيق مقياس إدمان الإنترنت المطور عن النسخة الأجنبية التي أعدتها يونج عام (١٩٩٨) في البيئة الفلسطينية.
- إلقاء مزيد من الضوء على ظاهرة نفسية جديدة هي إدمان الإنترنت.

- **أهمية الدراسة** :

تبرز أهمية الدراسة الحالية من خلال مشكلتها وأهدافها، فموضوعها يعدُ موضوعا حديثا نسبيا في الميدان النفسي. وتتمثل أهمية الدراسة في النقاط الآتية:

- تشير الإحصائيات إلى تزايد أعداد مستخدمي الإنترنت في فلسطين لا سيما بين الشباب ومنهم طلبة الجامعات، وتتضارب الآراء ويزداد قلق الآباء والمربين حول الآثار السلبية للإنترنت. وهذا يستدعي البحث في العلاقة بين إدمان الإنترنت وبعض السمات والخصائص النفسية والاجتماعية للأفراد، خاصة وأن البحوث في مجال الآثار السلبية للإنترنت لا زالت غير حاسمة، مما يستدعي إجراء مزيد من البحوث في هذا المجال في البيئة العربية.
- قد تسهم دراسة العلاقة بين الوحدة النفسية وإدمان الإنترنت في تعزيز أو نفي نتائج العديد من الدراسات السابقة التي ربطت بين سمات الشخصية

وإدمـان الإنترنـت وكـذلك الفـروق في إدمـان الإنترنـت بـين الجنسـين، والاختلاف في مستوى استخدامهم للإنترنت.

- الوقوف على واقع الارتباطات والعلاقات بين إدمان الإنترنت وما يسببه من مؤثرات نفسية أو اجتماعية أو معرفية، يساعد في بناء برامج ملائمة سواء أكانت وقائية أم علاجية لمثل هذا الاضطراب حديث النشأة.

- **مصطلحات الدراسة** :

إدمان الإنترنت Internet Addiction: ويقصد بإدمان الإنترنت الحصول على أعلى درجة من درجات الاستخدام المفرط لمحركات البحث الإلكتروني، وهو ما يقاس إجرائيا من خلال مقياس إدمان الإنترنت المستخدم في الدراسة.

الشعور بالوحدة النفسية Psychological Loneliness: يرى ويس "Weiss" نقلا عن (الداليم، ٢٠٠٥: ٢٣٢) أن الشعور بالوحدة النفسية هو "خبرة انفعالية تحدث نتيجة شعور الفرد بعدم وجود ارتباط عاطفي مع الآخرين". ويعرف الشعور بالوحدة النفسية إجرائيا من خلال الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس الشعور بالوحدة النفسية المستخدم في الدراسة.

- **محددات الدراسة** :

يمكن تعميم نتائج هذه الدراسة في ضوء المحددات الآتية:

- المحدد المكاني: تقتصر الدراسة على عينة من طلبة خمس جامعات فلسطينية.
- المحدد الزماني: أجريت الدراسة في الفصل الأول من العام الدراسي ٢٠١٣/٢٠١٤.
- تتحدد نتائج الدراسة بالأداة المستخدمة وصدقها وثباتها.

- **منهجية الدراسة** :

استخدمت الدراسة نموذج البحوث المستعرضة "Cross-Sectional model" كأحد المناهج المسحية، فالمنهج المسحي يهتم بآراء مجموعة كبيرة من الأفراد حول ظاهرة أو مسألة محددة. فنموذج المقطع العرضي المسحي يجمع البيانات في زمن واحد (Frankel & Wallen, 2006). وفي هذه الدراسة، فإن العلاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية قد بحثت.

- **مجتمع الدراسة وعينتها** :

تمثل مجتمع الدراسة في الطلبة المسجلين في الجامعات الفلسطينية للعام الدراسي ٢٠١٣/٢٠١٤، وتضمنت عينة الدراسة طلبة من الجامعات الفلسطينية، هي: جامعة بيرزيت (٩١)، والقدس المفتوحة (٩١)، والقدس (٩٢)، والنجاح (٨٩)، والإسلامية في قطاع غزة (٨٧) طالبا وطالبة، ومن الطلبة المسجلين للفصل الأول من العام الدراسي ٢٠١٣/٢٠١٤، والذين اختيروا بطريقة المعاينة المتيسرة مع الأخذ بالاعتبار متغيرات الدراسة. واحتوت العينة على (٤٠,٧٪) من الذكور و(٥٩,٣٪) من الإناث، (٣٩,٨٪) من الذين يرون أن مستوى استخدامهم للإنترنت مفرط، بينما (٥٦,٤٪) استخدامهم غير مفرط، و (٣,٨٪) فقط غير مستخدمين للإنترنت. والجدول (١) يبين وصفا لعينة الدراسة تبعا لمتغيراتها المستقلة:

جدول (١): توزيع عينة الدراسة تبعاً لمتغيراتها المستقلة (ن=٤٥٠)

المتغيرات المستقلة	مستويات المتغير	التكرار	النسبة المئوية (%)
الجنس	ذكر	١٨٣	٤٠,٧
	أنثى	٢٦٧	٥٩,٣
	المجموع	٤٥٠	١٠٠%
مستوى الاستخدام للإنترنت (كما يراه المبحوث)	مفرط	١٧٩	٣٩,٨
	غير مفرط	٢٥٤	٥٦,٤
	غير مستخدم	١٧	٣,٨
	المجموع	٤٥٠	١٠٠%

- **أدوات الدراسة** :
- **أولا: مقياس إدمان الإنترنت** :

بعد اطلاع الباحث على العديد من الدراسات السابقة التي استخدمت مقاييس الإدمان على الإنترنت لدى الطلبة الجامعيين ومنها دراسة أياس وبالتا وهارزوم (Ayas, Balta & Harzum, 2008)، والصورة المعربة لاختيار إدمان الإنترنت ليونج التي أعدتها يونج (Young, 1998)، فكان المقياس المستخدم في الدراسة الحالية يتضمن في صورته النهائية (٢٠) فقرة تكون الإجابة عليها بحسب مقياس ليكرت خماسي، وحسب التدريج الآتي: دائما (٥)، عادة (٤)، أحيانا (٣)، نادرا (٢)، وأبدا (١). وبالتالي فإن الدرجة الكلية على المقياس تتراوح بين (٢٠- ١٠٠) درجة. وتعبر الدرجة المرتفعة على المقياس عن ارتفاع في درجة الإدمان على الإنترنت للمبحوثين بينما تعبر الدرجة المنخفضة عن انخفاض في درجة الإدمان.

- **صدق المقياس** :

للمقياس ثلاثة مؤشرات على صدقه، المؤشر الأول تمثل في موافقة الخبراء على أن فقراته تقيس ما وضعت لقياسه، فقد عرض المقياس على عدد من المحكمين، ثم أخذ بملاحظاتهم وتوجيهاتهم حول بنود المقياس حيث بلغت نسبة الاتفاق بين المحكمين على عبارات المقياس (٩٠٪)، وهو ما يشير إلى أن المقياس يتمتع بصدق مقبول، أما المؤشر الثاني فتمثل بفحص التجانس الداخلي بين الفقرات، والذي نتج عن حساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس التي تراوحت بين (٠,٣٣- 0.61)، حيث قام الباحث بحذف ثلاث فقرات وتعديل الفقرات ذات المعامل المنخفض، وقد بلغ عدد الفقرات في صورتها النهائية (٢٠) فقرة. وجدول (٢) يوضح ذلك:

جدول (٢): يوضح معامل ارتباط بيرسون بين كل بند والدرجة الكلية لمقياس الإدمان على الإنترنت

رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	٠,٤٣	٠,٠٠**	٨	٠,٥٧	٠,٠٠**	١٥	٠,٤٨	٠,٠٠**
٢	٠,٥٥	٠,٠٠**	٩	٠,٥٤	٠,٠٠**	١٦	٠,٦٤	٠,٠٠**
٣	٠,٥٣	٠,٠٠**	١٠	٠,٥٣	٠,٠٠**	١٧	٠,٥٧	٠,٠٠**
٤	٠,٣٩	٠,٠٠**	١١	٠,٦١	٠,٠٠**	١٨	٠,٥٢	٠,٠٠**
٥	٠,٦١	٠,٠٠**	١٢	٠,٥٧	٠,٠٠**	١٩	٠,٥٢	٠,٠٠**
٦	٠,٥٣	٠,٠٠**	١٣	0.61	٠,٠٠**	٢٠	0.51	٠,٠٠**
٧	٠,٣٣	٠,٠٠**	١٤	0.57	٠,٠٠**			

❖❖ دال إحصائياً عند مستوى ($\alpha \geq$ ٠,٠١)

أما المؤشر الثالث فهو القوة التميزية (الصدق التمييزي) لفقراته بطريقة المجموعتين المتطرفتين التي أوضحت نتائجها أن المقياس يميز بدلالة إحصائية بين الطلبة الحاصلين على درجات عليا وأقرانهم الحاصلين على درجات دنيا في الإدمان على الإنترنت، وعند مستوى الدلالة (0.01).

- **ثبات المقياس**:

من أجل قياس مدى ثبات مقياس الإدمان على الإنترنت استخدم الباحث معادلة كرونباخ ألفا ومعادلة جتمان ومعادلة التجزئة النصفية للتأكد من ثبات المقياس، حيث طبقت المعادلات على العينة الاستطلاعية والتي تكونت من (٥٠) طالبا من مجتمع الدراسة وخارج عينتها، والجدول (٣) يبين معاملات الثبات الثلاثة لمقياس الإدمان على الإنترنت:

جدول (٣): يبين معاملات ثبات المقياس

معادلة كرونباخ ألفا **Cronbach's Alpha**	سبيرمان بروان **Spearman-Brown Coefficient**	معادلة التجزئة النصفية **Split-Half**
٠,٨٩	٠,٨٤	٠,٨٠

يتضح من الجدول (٣) أن معاملات ثبات مقياس الإدمان على الإنترنت عالية، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات يمكن الاعتماد عليها في التطبيق النهائي للدراسة.

- **ثانياً : مقياس الشعور بالوحدة النفسية** :

استخدم الباحث مقياس للشعور بالوحدة النفسية من إعداد الدسوقي (١٩٩٨) عن مقياس راسل "Russel" عام ١٩٨٢. وهو يتكون من (٢٠) فقرة منها (٩) فقرات سلبية أرقامها (١٩،٢٠، ١٥،١٦، ١٠، ٩،٦،٥،١)، و(١١) إيجابية، ويجيب عنها المفحوص ضمن أربع خيارات، هي: دائما (٤)، أحيانا (٣)، نادرا (٢)، أبدا (١)، وتعكس الأوزان للفقرات في الاتجاه السالب. وبالتالي فإن الدرجة الكلية على المقياس تتراوح بين (٢٠- ٨٠) درجة. ولا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة، ويمكن اعتبار أن الإجابة صحيحة إذا عبر عنها الفرد بصدق عن شعوره الفعلي.

- **صدق المقياس** :

من أجل التحقق من البنية العاملية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة استخدمت طريقة المكونات الأساسية (Principal Component) لهوتلنج لتحليل مفردات المقاييس كل على حدة، كما دورت العوامل تدويرا متعامدا بطريقة الفاريماكس (Varimax with Kaiser Normalization) باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS). والجدول (٤) يوضح ذلك:

جدول (٤): تشبعات مقياس الوحدة النفسية (ن=٤٥٠)

رقم الفقرة	التشبع	رقم الفقرة	التشبع	رقم الفقرة	التشبع
١	0.٧٤٤	٨	0.٨١٩	١٥	0.٦٣٣
٢	0.٦٨٢	٩	0.٨١٥	١٦	0.٧٥١
٣	0.٧٤٠	١٠	0.٧٢٥	١٧	0.٨١٩
٤	0.٦٤٩	١١	0.٦٣٣	١٨	0.٨١٥
٥	0.٧٦٧	١٢	0.٧٥١	١٩	0.٧٢٥
٦	0.٦٣٣	١٣	0.٨١٩	٢٠	0.٦٣٣
٧	0.٧٥١	١٤	0.٨١٥		
نسبة التباين		٦٠,٩%			
الجذر الكامن		٥,٤١			

يلاحظ من نتائج جدول (٤) أن مقياس الشعور بالوحدة النفسية قد تشبع على عامل واحد استقطب جميع فقرات المقياس، حيث تبين أن جميع تشبعات الفقرات موجبة، وقد استوعب هذا العامل نسبة من التباين الكلي قدرها (٦٠,٩٪)، ويفيد هذا بأن العامل المستخرج يكفي لاستيعاب قدر مقبول من التباين، وهو ما يشير إلى صدق مقياس الشعور بالوحدة النفسية.

- **ثبات المقياس** :

استخدم الباحث عدة طرق للتأكد من ثبات مقياس الشعور بالوحدة النفسية، الأولى هي طريقة إعادة الاختبار (Test- Retest Method)، حيث طبق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٥٠) من طلبة الجامعة، لم يتم تضمينهم في عينة الدراسة الأصلية وبفارق زمني (١٤) يوما بين التطبيقين، ثم حسب معامل ارتباط بيرسون بين درجات مرتي التطبيق، وقد بلغ (٠,٨٥) وهو معامل مرتفع ويمكن الوثوق به. والثانية من خلال ثبات التجانس الداخلي (Consistency)، وهذا النوع من الثبات يشير إلى قوة الارتباط بين الفقرات في أداة الدراسة، ومن أجل تقدير معامل التجانس استخدمت معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha)، فبلغت قيمة معامل ارتباط ألفا (٠,٨٠)، أما الطريقة الثالثة فهي ثبات التجزئة النصفية (Split-Half Method)، حيث قسمت فقرات المقياس إلى قسمين متساويين بحيث احتوى القسم الأول على الفقرات الفردية (١، ٣، ٥ ....) واحتوى القسم الثاني على الفقرات الزوجية (٢، ٤، ٦ ...)، ثم استخرج معامل الارتباط بين الدرجات الفردية والدرجات الزوجية، فبلغ معامل الثبات الكلي (٠,٧٨)، وهذا يعتبر معامل ثبات مرتفع ومناسب لأغراض الدراسة الحالية.

- **تصميم البحث** :

اشتملت الدراسة على المتغيرات المستقلة والتابعة الآتية:

- **أولاً** : **المتغيرات المستقلة** (Independent Variables)
  - الجنس، وله مستويان (ذكر، أنثى).
  - مستوى الاستخدام للإنترنت وله ثلاثة مستويات، هي: (مفرط، غير مفرط، غير مستخدم).
- **ثانياً** : **المتغيرات التابعة** (Dependent Variables)

وتتمثل في استجابات أفراد العينة على مقياسي الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية.

- **المعالجات الإحصائية المستخدمة في الدراسة** :

من أجل معالجة البيانات استخدم برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وذلك باستخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية، واختبار "ت" للعينات المستقلة، واختبار تحليل التباين الأحادي، ومعادلة كرونباخ ألفا لقياس الثبات، واختبار LSD للمقارنات البعدية، ومعامل ارتباط بيرسون للعلاقة الإرتباطية بين متغيري الدراسة.

- **النتائج ومناقشتها** :

يتضمن هذا الجزء من الدراسة عرضاً كاملاً ومفصلاً لنتائج الدراسة ومناقشتها، وذلك للإجابة عن تساؤلات الدراسة، وفيما يلي عرضا لهذه النتائج:

- **النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الأول:**

ما مستوى إدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة في فلسطين؟

من أجل الإجابة عن هذا السؤال، استخدمت المتوسطات الحسابية والنسب المئوية والانحرافات المعيارية لفقرات مقياس الإدمان علي الإنترنت. وقد اعتمدت الدراسة على الأدب السابق والدراسات ذات الصلة (القحطاني وآخرون، ٢٠٠٤)، لتحديد خمسة مستويات لتقدير درجة الإدمان على الإنترنت على النحو الآتي: فئة مستوى إدمان مرتفعة جدا للحاصلين على متوسط حسابي أكثر من (٤,٢)، فئة مستوى إدمان مرتفعة (أكثر من ٣,٤- ٤,٢)، فئة مستوى إدمان متوسطة بين (أكثر من ٢,٦- ٣,٤)، فئة مستوى إدمان منخفضة بين (أكثر من ١,٨- ٢,٦)، وفئة مستوى إدمان منخفضة جدا للحاصلين على متوسط حسابي (١,٨) فأقل. ونتائج الجدول (٥) تبين ذلك:

جدول (٥): المتوسطات الحسابية والنسب المئوية والانحرافات المعيارية للإدمان على الإنترنت

الرقم	الفقرات	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الإدمان
١.	كم مرة استخدمت الإنترنت لفترة أطول مما كنت تريد؟	٣,٥٢	١,٤٢	مرتفعة
٢.	كم مرة أهملت واجباتك المنزلية لتقضي فترة أطول على الإنترنت؟	٣,٥٠	١,٥٠	مرتفعة
٣.	كم مرة فضلت الاستمتاع والإثارة على الإنترنت على الاستمتاع مع أقاربك؟	٣,٤٠	١,٤٥	متوسطة
٤.	كم مرة كونت علاقات صداقة من خلال الإنترنت؟	٣,٣٢	١,٤٣	متوسطة
٥.	كم مرة اشتكى المحيطون بك بسبب الوقت الطويل الذي تقضيه على الإنترنت؟	٣,٢٨	١,٤٠	متوسطة
٦.	كم مرة تأثرت نتيجتك في الجامعة بسبب الوقت الذي تمضيه على الإنترنت؟	٣,١٦	١,٤٥	متوسطة
٧.	كم مرة تفحصت بريدك الإلكتروني قبل القيام بأي شيء آخر يوميا؟	٣,١٥	١,٤٢	متوسطة
٨.	كم مرة تأثر أداؤك الأكاديمي أو انتاجيتك بسبب استخدامك للإنترنت؟	٣,١٣	١,٤٠	متوسطة
٩.	كم مرة دافعت عن نفسك أو تحفظت إذا سألك أحد ماذا تفعل بالإنترنت؟	٣,١٤	١,٥٤	متوسطة
١٠.	كم مرة تجاهلت متاعب الحياة اليومية، بمقابل الاستمتاع باستخدام الإنترنت؟	٣,١٤	١,٥٠	متوسطة
١١.	كم مرة وجدت نفسك متلهفا للذهاب للإنترنت؟	٢,٨٩	١,٣٤	منخفضة
١٢.	كم مرة خشيت أن تكون الحياة بدون الإنترنت مملة، فارغة، وغير ممتعة؟	٢,٨٨	١,٤٤	منخفضة
١٣.	كم مرة تشاجرت، أو صرخت، أو انزعجت بسبب مضايقة أحدهم لك بينما كنت تستخدم الإنترنت؟	٢,٨١	١,٣٨	منخفضة
١٤.	كم مرة تأخرت عن الخلود للنوم بسبب استخدامك الإنترنت لوقت متأخر من الليل؟	٢,٨٠	١,٣٢	منخفضة
١٥.	كم مرة شعرت بأن تفكيرك مشغول بالإنترنت خارج أوقات استخدامك له؟	٢,٧٣	١,٣٢	منخفضة
١٦.	كم مرة وجدت نفسك تقول "دقائق قليلة أخرى سأمضيها" بينما أنت تستخدم الإنترنت؟	٢,٧٨	١,٤٨	منخفضة
١٧.	كم مرة حاولت تقليل الوقت الذي تمضيه على الإنترنت، وفشلت بذلك؟	٢,٦٨	١,٣٢	منخفضة
١٨.	كم مرة حاولت إخفاء كم من الوقت الذي تمضيه على الإنترنت؟	٢,٦٥	١,٣٠	منخفضة
١٩.	كم مرة فضلت امضاء وقتك على الانترنت على الذهاب للخارج مع أصدقائك؟	٢,٥٤	١,٢١	منخفضة
٢٠.	كم مرة عادة شعرت بالاكتئاب، التوتر، أو مزاج عكر خارج أوقات استخدام الإنترنت وسرعان ما تتلاشى هذه الأعراض عند استخدامك للإنترنت؟	٢,٥٤	١,١٢	منخفضة
	الدرجة الكلية للإدمان على الإنترنت	3.00	0.80	متوسطة

يتضح من خلال الجدول (٥) أن متوسط الإدمان على الإنترنت لدى طلبة الجامعة في فلسطين يساوي (3.00) بواقع (60.13٪)، وهي تمثل المستوى المتوسط من الإدمان على الإنترنت. ويعني ذلك أن طلبة الجامعة في فلسطين

لديهم درجة متوسطة في الإدمان على الإنترنت. وقد تبين من النتائج أن عدد الطلبة المدمنين على الإنترنت والذين حصلوا على درجة تزيد عن (٧٠٪) بلغ (١١٤) طالبا بنسبة مئوية قدرها (٢٥,٣) من حجم العينة الكلية، وبلغ عدد الطلبة الذين لديهم درجة إدمان على الإنترنت متوسطة تراوحت ما بين (٦٠٪-٦٩,٩٪) (١٠١) طالبا بنسبة مئوية قدرها (٢٢,١) من حجم العينة الكلية. وهي نسبة تتفق مع ما جاء في الإطار النظري والدراسات السابقة، ويؤشر ذلك بوضوح نحو أهمية الدراسة في استهدافها للطلبة الجامعيين، باعتبارهم من أكثر شرائح المجتمع قابلية أو عرضة لإدمان الإنترنت، فهم يعيشون مرحلة مهمة ودقيقة من مراحل حياتهم هي مرحلة ما بعد المراهقة، وما تتطلبه من بناء علاقات شخصية- اجتماعية هادفة مع زملائهم، إضافة إلى ما توفره الجامعة من فرص لاستخدام الإنترنت، مما يجعلها بيئة مناسبة لإدمان الإنترنت من قبل الطلبة. فطلبة الجامعة قد يلجأون إلى الإنترنت بهدف جمع المعلومات من قواعد البيانات المختلفة فيقعون فريسة للفضول القهري للتوسع فيها، أو الإدمان على الألعاب ووجود سلوك قهري للمنافسة مع اللاعبين الآخرين، أو إدمان العلاقات الاجتماعية على الإنترنت من خلال سعيهم إلى بناء علاقات اجتماعية غير مباشرة عبر غرف المحادثة والدردشة والشات والصفحات الاجتماعية المتعددة كالفيس بوك وتويتر وتانغو وغيرها، أو إدمان العلاقات الجنسية الإلكترونية من خلال زيارة مواقع جنسية لمشاهدة المواد المثيرة جنسيا والإباحية أو الاحتفاظ بها كما أشار يونج (Young, 2004).

- **النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثاني**:

ما مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين؟

من أجل الإجابة عن هذا السؤال، استخدمت المتوسطات الحسابية والنسب المئوية والانحرافات المعيارية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية. وقد حددت درجة الشعور بالوحدة النفسية حسب المعيار الآتي: استند في هذا المعيار إلى حساب المدى (٤-١=٣)، ثم القسمة على عدد فئات المقياس للحصول على طول الفئة الصحيح، أي (٤ ÷٣=٠,٧٥)، وإضافة هذه القيمة بعد ذلك إلى أقل قيمة في المقياس (أي بداية المقياس وهو ١) وذلك لتحديد الحد الأعلى لهذه الفئة (القحطاني وآخرون، ٢٠٠٤). وهكذا تصبح الفئات كما يلي: درجة منخفضة جدا □ إذا كان المتوسط الحسابي (١- ١,٧٥)، منخفضة إذا كان المتوسط الحسابي (أكثر من ١,٧٥- ٢,٥٠)، متوسطة إذا كان المتوسط الحسابي (أكثر من ٢,٥٠- ٣,٢٥)، ودرجة مرتفعة إذا كان المتوسط الحسابي (أكثر من ٣,٢٥- ٤). ونتائج الجدول (٦) تبين ذلك:

يتضح من خلال الجدول (٦) أن متوسط درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين بلغ (٢,٥٨)، أي بدرجة متوسطة. إن توافق هذه النتيجة مع نتائج السؤال الأول ينبيء بالعلاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية؛ فافتقاد الطالب للمهارات الاجتماعية اللازمة للانخراط في علاقات مشبعة مع زملائه وأقرانه ويشعره بالاغتراب وعدم الألفة، وانعكاس ذلك سلبا على شبكة علاقاته الاجتماعية. وبالتالي قد يكون الشعور بالوحدة النفسية نتيجة لإدمان الإنترنت أو سببا له، فشعور الطالب بأن الآخرين من حوله لا

يشاركونه اهتماماته وأفكاره، أو شعوره بعدم الوفاق مع من حوله قد يؤدي إلى شعوره بالوحدة أو النبذ أو العزلة التي قد تقوده إلى الإدمان على الإنترنت مثلا. وفي المقابل، فإن استغراق الطالب في التعامل مع الإنترنت وخدماته ومغرياته قد يشعره بالقدرة على الاستغناء عن من حوله أو عدم اهتمامهم به، فيلجأ إلى الإنترنت للتعامل مع مشكلته والأعراض الناتجة عنها.

جدول (٦): المتوسطات الحسابية والنسب المئوية والانحرافات المعيارية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية

الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الشعور بالوحدة النفسية
١.	إلى أي مدى تشعر بأنك على وفاق مع الناس من حولك؟	٣,٢١	0.٨٧	متوسطة
٢.	إلى أي مدى تشعر بأنك تفتقد الصحبة؟	٣,١٥	0.٩٣	متوسطة
٣.	إلى أي مدى تشعر بأنه لا يوجد الشخص الذي تستطيع أن تلجأ إليه عندما تريد؟	٣,١٣	0.٩٦	متوسطة
٤.	إلى أي مدى تشعر بأنك وحيد؟	٣,٠٧	0.٩٨	متوسطة
٥.	إلى أي مدى تشعر بأنك عضو في صحبة أو جماعة؟	٢,٩٦	0.٨٨	متوسطة
٦.	إلى أي مدى تشعر بأنك تشارك الناس في أشياء عديدة؟	٢,٨٧	0.٨٦	متوسطة
٧.	إلى أي مدى تشعر بأنك لم تعد قريبا من أحد؟	٢,٨٦	0.٩٤	متوسطة
٨.	إلى أي مدى تشعر بأن الآخرين من حولك لا يشاركونك الاهتمامات والأفكار؟	٢,٧٧	0.٨٥	متوسطة
٩.	إلى أي مدى تشعر بأنك شخص اجتماعي ومنفتح على الآخرين؟	٢,٧٥	0.٨٧	متوسطة
١٠.	إلى أي مدى تشعر بأنك قريب من الناس؟	٢,٧٢	0.٨٩	متوسطة
١١.	إلى أي مدى تشعر بأنك مهمل ومنبوذ؟	٢,٦٥	0.٩٠	متوسطة
١٢.	إلى أي مدى تشعر بأن علاقتك مع الآخرين بلا معنى؟	٢,٦٤	0.٩٢	متوسطة
١٣.	إلى أي مدى تشعر بأنه لا يوجد شخص يفهمك جيدا؟	٢,٤٣	0.٩١	منخفضة
١٤.	إلى أي مدى تشعر بأنك في عزلة عن الآخرين؟	٢,٤١	0.٩٢	منخفضة
١٥.	إلى أي مدى تشعر بأنك سوف تجد الصحبة عندما تريد؟	٢,٢٢	0.٨٨	منخفضة
١٦.	إلى أي مدى تشعر بأن هناك آخرين يفهمونك جيدا؟	٢,١٥	0.٩١	منخفضة
١٧.	إلى أي مدى تشعر بالخجل؟	١,٩١	0.٨٢	منخفضة
١٨.	إلى أي مدى تشعر بأن الناس من حولك ولكنهم ليسوا معك؟	١,٨٨	0.٨٦	منخفضة
١٩.	إلى أي مدى تشعر بأن هناك من تستطيع أن تتحدث معه؟	١,٨٦	0.٩٦	منخفضة
٢٠.	إلى أي مدى تشعر بأن هناك من يمكنك أن تلجأ إليه عندما تريد؟	١,٨٣	0.٢٣	منخفضة
	الدرجة الكلية للشعور بالوحدة النفسية	٢,٥٨	٠,٩٥٠	متوسطة

- **النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثالث** :

هل يختلف مستوى كل من الإدمانِ على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين تبعا لاختلاف الجنس، ومستوى الاستخدام للإنترنت؟

- **أولاً** : **الفروق باختلاف الجنس للطالب**

من أجل فحص الفروق في متوسطات كل من الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين باختلاف الجنس ومستوى الاستخدام للإنترنت، فقد استخدم اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent t-test)، ونتائج الجدول (٧) تبين ذلك:

جدول (٧): نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق في متوسطات كل من الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين تبعاً لمتغير الجنس

الجنس / المقياس	ذكر (ن= ١٨٣) المتوسط	الانحراف	أنثى (ن= ٢٦٧) المتوسط	الانحراف	(ت) المحسوبة	مستوى الدلالة المحسوب
الإدمان على الإنترنت	٢,٩٠	0.٧٣	٢,٩٨	0.٨٣	-١,٠٣	٠,٣٠
الشعور بالوحدة النفسية	٢,٥٨	0.٢٢	٢,٥٨	0.٢٤	٠,١١	٠,٩١

يتضح من الجدول (٧) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب قد بلغت على كل من الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية على التوالي (٠,٣٠، ٠,٩١)، وهذه القيم أقل من قيمة مستوى الدلالة ($\alpha \geq$ ٠,٠٥) بمعنى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في متوسطات كل من الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين تبعا لمتغير الجنس.

وقد توافقت النتيجة مع نتائج دراسة طايع (٢٠٠٠) في عدم وجود فروق دالة بين الجنسين في إدمان الإنترنت، واختلفت مع دراسة إبراهيم (٢٠١٠) ودراسة وانج لي (Wange & Lee, 2003) اللتان أظهرت نتائجهما وجود فروق لصالح الذكور، ودراسة خيرخا وجابلي وجوران وهاشمي (Kheirkhah, Ghabli, Gouran & Hashemi, 2008) التي أظهرت أن الفروق لصالح الإناث. وقد جاءت النتيجة للدراسة الحالية ضمن حالة عدم اتفاق الدراسات السابقة على طبيعة الفروق بين الجنسين في إدمان الإنترنت.

لقد أصبح الإنترنت مسيطراً على الشباب الجامعي على حد سواء ذكوراً كانوا أم إناثاً، فكلا الجنسين يلجأ إلى استخدام الإنترنت كأسلوب للهروب من المشكلات وتخفيف سوء المزاج الذي يعانيه الطالب بسبب عجز أكاديمي أو إخفاق في تحقيق تواصل إيجابي مع زملائه وبخاصة الجنس الآخر، فكانت الفروق في الشعور بالوحدة النفسية غير دالة أيضا بين الجنسين. كما أن مدمني الإنترنت من الجنسين لديهم مستويات ثقافية واجتماعية متماثلة في البيئة الفلسطينية، وكذلك في المؤثرات الثقافية التي أدخلها الإنترنت على فئة الشباب ومنهم الطلبة الجامعيين.

- **ثانياً: الفروق باختلاف مستوى الاستخدام للإنترنت**

من أجل فحص الفروق في متوسطات كل من الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين باختلاف الجنس ومستوى الاستخدام للإنترنت، فقد استخرجت المتوسطات الحسابية، ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-way ANOVA) لتعرّف دلالة الفروق، والجدولان (٨) و(٩) تبينان ذلك:

جدول (٨): المتوسطات الحسابية للإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين تبعاً لمتغير مستوى الاستخدام للإنترنت

مستوى الاستخدام للإنترنت	مفرط	غير مفرط	غير مستخدم
	المتوسط	المتوسط	المتوسط
الإدمان على الإنترنت	٤,١١	٣,٢١	٢,٤٨
الشعور بالوحدة النفسية	٢,٥٩	٢,٥٨	٢,٤١

يتضح من خلال الجدول (٨) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة ما إذا كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-way ANOVA)، والجدول (٩) يوضح ذلك:

جدول (٩): نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في متوسطات كل من الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين تبعاً لمتغير مستوى الاستخدام للإنترنت

مستوى الاستخدام للإنترنت	مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع مربعات الانحراف	متوسط الانحراف	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
الإدمان على الإنترنت	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	٢ ٤٤٧ ٤٤٩	٧٩,٢٥ ٢٠٣,٥٢ ٢٨٢,٧٧	٣٩,٦٢ ٠,٤٥	٨٧,٠٣	**٠,٠٠
الشعور بالوحدة النفسية	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	٢ ٤٤٧ ٤٤٩	٠,٥١١ ٢٣,٦٠ ٢٤,١١	٠,٢٥ ٠,٠٥	٤,٨٤	**٠,٠٠

❖❖ دال إحصائياً عند مستوى (α≤٠,٠١)

يتضح من الجدول (٩) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب قد بلغت على كل من الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية على التوالي (٠,٠٠، ٠,٠٠)، وهذه القيم أقل من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة (α≤٠,٠٥)، أي أننا نرفض الفرضية الصفرية بمعنى وجود فروق دالة إحصائيا على كل من الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية تبعا لمتغير مستوى الاستخدام للإنترنت. ولمعرفة لصالح من كانت هذه الفروق استخدم اختبار (LSD) للمقارنات البعدية، ونتائج الجدول (١١) تبين ذلك:

جدول (١٠): نتائج اختبارLSD للمقارنات البعدية لدلالة الفروق في متوسطات كل من الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين تبعاً لمتغير مستوى الاستخدام للإنترنت

المحاور	المقارنات	المتوسط	مفرط	غير مفرط	غير مستخدم
الإدمان على الانترنت	مفرط	٤,١١		*٠,٧٣	*٠,٩١
	غير مفرط	٣,٢١			
	غير مستخدم	٢,٤٨			
الشعور بالوحدة النفسية	مفرط	٢,٥٩			*٠,١٧
	غير مفرط	٢,٥٨			*٠,١٨
	غير مستخدم	٢,٤١			

❖ دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (α≤٠,٠٥)

يتضح من خلال نتائج الجدول (١٠) ما يلي:

- وجود فروق جوهرية في درجة الإدمان على الإنترنت لدى طلبة الجامعة في فلسطين بين مفرط وغير مفرط لصالح مفرط، وبين مفرط وغير مستخدم لصالح غير مستخدم. ويمكن الاستنتاج من خلال هذه النتائج بأنه كلما ارتفع مستوى الاستخدام للإنترنت ترتفع درجة الإدمان على الإنترنت لدى الطلبة.
- وجود فروق جوهرية في درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين بين مفرط وغير مستخدم لصالح غير مستخدم، وبين غير مفرط

وغير مستخدم لصالح غير مستخدم. ويمكن الاستنتاج من خلال هذه النتائج بأنه وكلما ارتفع مستوى الاستخدام للإنترنت ترتفع درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة.

وقد توافقت النتيجة مع دراسة والاسي (Wallace, 1999) التي أشارت نتائجها إلى أن مجرد تزايد معدل عدد الساعات التي يقضيها الفرد في استخدام الإنترنت بلا مبرر ترتبط إيجابا مع تزايد شعوره بالوحدة النفسية، وكذلك دراسة كراوت وآخرون (Kraut et al., 1998) في أن الاستخدام المفرط للإنترنت يؤدي إلى نقص في حجم الدوائر الاجتماعية للفرد وبالتالي الشعور بالوحدة النفسية، ودراسة شو وهسياو (Shou & Hsiao, 2000) التي أظهرت أن الإنترنت تحد من علاقة الأفراد بمحيطهم الاجتماعي، وكذلك مع ما أشارت إليه دراسة كيم وزملائه (Kim et al., 2006) من ظهور تدهور في علاقات الأفراد الذين يستخدمون الإنترنت باستمرار مع أسرهم كنتيجة لمحاولتهم إخفاء الأمر عنهم، ودراسة ني و إربرنج (Nie & Erbring's, 2000) حين ربطت بين الساعات التي يقضيها الفرد مع أسرته بالاستخدام المفرط للإنترنت.

وتتوافق النتيجة مع الأدب النظري وكل الدراسات السابقة في تأكيدها على أن الإفراط في استخدام الإنترنت دون مبرر موضوعي يؤدي إلى فقدان الفرد لمهارات التواصل الاجتماعي المباشر والافتقار إلى العلاقات الاجتماعية كجزء من التأثيرات السلبية الناتجة عن إدمانه على الإنترنت؛ فإفراط الطالب في استخدامه للإنترنت قد يؤدي إلى استغراقه فيما يحتويه الإنترنت من مثيرات ومغريات بأنواعها وأشكالها المتعددة السلبية منها والإيجابية، مما يؤدي إلى انشغاله معها عن الواقع الذي يعيشه وما يواجهه من مشكلات ومشاعر سلبية تجاه الآخرين، وبالتالي رغبة في الابتعاد عنهم وعدم تقبلهم.

- **النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الرابع**:

هل توجد علاقة ارتباطيه بين كل من الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين؟ . ومن أجل الإجابة على هذا السؤال، فحصت الفرضية باستخدام معامل ارتباط بيرسون، والجدول (١١) يبين ذلك:

جدول (١١): نتائج معامل ارتباط بيرسون بين الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين

الإدمان على الإنترنت	علاقة الارتباط	الشعور بالوحدة النفسية
	معامل ارتباط بيرسون	٠,٢٧
	مستوى الدلالة	٠,٠٠**
	العدد	٤٥٠

** دال إحصائياً عند مستوى (α≤٠,٠١)

يتضح من الجدول (١١) وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية على مستوى الدلالة (α≤٠,٠٥) بين الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بينهما (٠,٢٧)،

وهي علاقة طردية موجبة، أي كلما زاد الإدمان على الإنترنت ازدادت درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة. وتتفق هذه النتيجة مع ما جاء في الأدب النظري والدراسات السابقة، حيث أكدت جميعها على وجود علاقة ارتباط موجبة ودالة بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية. ويفسر هذا الارتباط باعتبار أن إدمان الإنترنت هو اضطراب نفسي سلوكي سلبي، والشعور بالوحدة النفسية هو متغير سلبي وغير سوي، يعوق الفرد عن الاندماج والتفاعل الاجتماعي الطبيعي مع المحيطين به، فيحاول تعويض ذلك من خلال إقامة صداقات وعلاقات عبر الإنترنت حتى وإن كانت مع أشخاص لايعرفونه وليسوا قريبين منه، لكنه يشعر أنهم يمدونه بما يسعده ويشبع حاجاته النفسية والاجتماعية في ظل عدم قدرته على إقامة علاقات مع الأقران والمحيطين أو لحدوث صدمة في علاقته بالآخرين خاصةٍ الجنس الآخر، فيسعى إلى الإنترنت بحثا عن حل لمشكلته، أو ليجد فيه متنفسا يتخلص من خلال استخدامه المطول له من مشاعرهِ السلبية وأزماته التي يعيشها في الواقع. ولا بد من الإشارة إلى أن النتيجة سواءً أكان واعيا لها أم لا هي مغايرة لتوقعاته، حيث يغرق في دوامة الإنترنت وإدمان الإنترنت الذي يوقعه في زيادة عزلته وبالتالي شعوره بالوحدة النفسية، فالإدمان على الإنترنت يؤثر سلبا على الترابط العاطفي مع الآخرين ويؤدي بالتالي إلى خبرة إلفرد بالوحدة النفسية كخبرة انفعالية، وباعتبار إدمان الإنترنت لا يقل شأنا عن أي نوع من أنواع الإدمان الأخرى من حيث الآثار والنتائج السلبية.

- **التوصيات** :

من خلال النتائج وربطها بنتائج الدراسات السابقة، فإن الدراسة الحالية توصي بالآتي:

- تفعيل وحدات الإرشاد النفسي والتربوي ودورها في الجامعات للعمل على توعية الطلبة بمخاطر إدمان الإنترنت وتقديم الإرشاد الوقائي للطلبة.
- إعداد برامج إرشادية وعلاجية لمساعدة مدمني الإنترنت من الطلبة وتخفيف معاناتهم النفسية.
- إجراء مزيد من الدراسات في مجال إدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة وبين فئات أخرى من المجتمع للوقوف على مدى انتشار الإدمان في المجتمع الفلسطيني واتخاذ الإجراءات للتعامل مع المشكلة.

- **المراجع العربية والأجنبية** :

- إبراهيم، إبراهيم الشافعي (٢٠١٠). إدمان الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والطمأنينة النفسية لدى طلاب جامعة الملك خالد بالسعودية على ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، **دراسات نفسية، ٢٠(٣)**، ٤٣٧- ٤٦٤.
- أبو المكارم، فؤاد (٢٠٠٧). السلوكيات والمعارف غير التوافقية المرتبط بإدمان الإنترنت، **دراسات عربية في علم النفس**، ٦ (٤)، ٨٥- ١٢٨.
- الجهاز المركزى للإحصاء الفلسطينى ووزارة الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات (٢٠١٣). **البيان الصحفى المشترك بمناسبة اليوم العالمى للاتصالات ومجتمع المعلومات**، عقد في ٢٠١٣/٠٥/١٧.
- **الدليل التشخيصي والإحصائي المعدل للأمراض العقلية (DSMVI)**، جمعية الطب النفسي الأمريكي (٢٠٠٤)، ترجمة تيسير حسون، دمشق.

- الدليم، فهد عبد الله (٢٠٠٥). الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة، **مجلة العلوم التربوية والدراسات الإسلامية بجامعة الملك سعود، ١٨(٢)**، ٣٢٩–٣٦٢.
- القحطاني، سالم والعامري، أحمد وآل مذهب، معدي والعمر، بدران (٢٠٠٤)، **منهج البحث في العلوم السلوكية**، الرياض: مكتبة العبيكان.
- القرني، محمد (٢٠١١). إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض الاضطرابات النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز، **مجلة كلية التربية- جامعة المنصورة**، ٧٥ (٣)، ١٠٠- ١٣٧.
- محمد، نور أحمد (٢٠٠٦). إدمان الإنترنت في علاقته ببعض أعراض الاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعة، **مجلة البحث في التربية وعلم النفس، ١٨(٣)**، ٣٩–٦٤.
- الشماس، عيسى (٢٠٠٦). الشباب ومقاهي الإنترنت: طلبة السنة الأولى بجامعة دمشق نموذجا، **مجلة إتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، ٤(١)**، ١٤٣- ١٧٩.
- شند، سميرة محمد (٢٠٠٨). **سيكولوجية المراهقة ومشكلاتها**، القاهرة: البسمة.
- زيدان، عصام (٢٠٠٨). إدمان الإنترنت وعلاقته بالقلق والاكتئاب والوحدة النفسية والثقة بالنفس، **دراسات عربية في علم النفس، ٧(٢)**، ٣٧١- ٤٥٢.
- American Psychiatric Association. (2000). **Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 4th ed. DSM-IV-TR**. Washington D.C.: American Psychiatric Association.
- Ayas, T.; Balta C. & Harzum, M. (2008). **Adolescent's Computer Addiction Scale**. International conference of Education, 27- 29 May, 2008, Athens, Greece.
- Bin, W. (2006). A study on the relationship between the loneliness and internet addiction tendency of college students. **Psychological Science, 29 (6)**, 1425-1427.
- BlocK, J. (2008). Issues for DSM-V: internet addiction. **American Journal of Psychiatry, 165**, 306–307.
- Cao, F., Su, L., Liu, T., et al. (2007). The relationship between impulsivity and Internet addiction in a sample of Chinese adolescents. **European Psychiatry, 22**, 466–471.
- Caplan, S. (2002). Problematic internet use and Psychological well- being: development of theory- based cognitive behavioral measurement instrument. **Computer in Human Behavior, (18),** 553–575.
- Charlton, T. (2005). Measuring Perceptual and motivational facets of computer control: The development of validation of the computing control scale, **Computers in Human Behavior, 21**, 791– 815.
- Chen, Y. & Peng, S. (2008). University students' Internet use and its relationships with academic performance, interpersonal

relationships, psychosocial adjustment, and self-evaluation. **Cyber Psychology and Behavior, (11)**, 467–469.

- Chou, C.&Hsiao, M. (2000). Internet addiction, usage, gratification and pleasure experience: The Taiwan College Student's case. **Computer & Education, (35)**, 65-80.
- Chou, C.; Condron, L.; Belland, J. (2005). Review of the research on Internet addiction, **Computers in Human Behavior, (17**), 363–388.
- Davis, R.; Flett, G.; Al Besser, A. (2002). Validation of anew scale for measuring problematic internet use: Implication for Pre-employment screening, **Cyber Psychology and Behavior, 5(4),** 331–347.
- Davis, R. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. **Computers in Human Behavior, 17**, 187–195.
- Eastin M. (2005). Teen Internet use: relating social perceptions and cognitive models to behavior. **Cyber Psychology and Behavior, 8**, 62–75.
- Fellows, D. (2008). **Search Engine Use**. retrieved October 29, 2008, from http://www.pewinternet.org/pdfs/pipSearchAug08.pdf
- Frankel, J. & Wallen, N. (2006). **How to Design and Evaluate Research in Education**, (6th Ed.), McGraw-Hill.
- Gross, E. (2004). Adolescent internet use: what we expect, what teens report. **Journal of Applied Developmental Psychology, (25)**, 633– 649.
- Ha, J.; Kim, S.; Bae, S., et al. (2007). Depression and Internet addiction in adolescents, **Psychopathology, 40**, 424–430.
- Izıklar, A.; Şar A. & Aksöz Y. (2011). Internet addiction among adolescents and its relation to subjective well-being, **International Journal of Academic Research, 3(6),** 308-312.
- Jang, K.; Hwang, S. & Choi, J. (2008). Internet addiction and psychiatric symptoms among Korean adolescents. **Journal of School Health, 78**, 165–171.
- Kandell, J. (1998). Internet addiction on campus: the vulnerability of college students. **Cyber Psychology and Behavior, 1**, 11–17.
- Keirkhah, F.; Ghabeli, A.; Gouran, A. & Hashemi, S. (2008). Internet Addiction, prevalence and epidemiological features: First study in Iran. **European Psychiatry, 23**, 304-409.
- Kim, K.; Ryu, E.; Chon, M.; Yeun, E.; Choi, S.; Seo, J. & Nam, B. (2006). Internet addiction in Korean adolescents and its relation to

depression and suicidal ideation: A questionnaire servant, **International Journal of Nursing studies, (43)**, 185-192.

- Ko. C.; Yen, J.; Liu, S., et al. (2009). The associations between aggressive behaviors and Internet addiction and online activities in adolescents, **Journal of Adolescent Health, 44**, 598–605.
- Kraut, R.; Patterson, M.; Lundmark, V.; Kiesler, S.; Mukopadhyaya, T.; & Scherlis, W. (1998). Internet Paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being. **American psychologist, 53 (9)**, 1017-1031.
- Lei, L. & Wu, Y. (2007). Adolescents' paternal attachment and Internet use. **Cyber Psychology and Behavior, 10(5)**, 633–639.
- Lin, M.; Ting, C.; Lai, Y., et al. (2005). Internet addiction among college students with adult attachment styles. **Formosa Journal of Mental Health, 18**, 93–119.
- Liu, Q., Xiao, S.; Cao, H.; Hui, L.; Zhou, L. & Luo, D. (2009). Relationship between personality characterishcs and quality of life in college students with different extent of internet use, **Journal of Chinese Mental Health, 23 (2)**, 138-142.
- Mitchell, P. (2000). Internet addiction: genuine diagnosis or not?, **Lancet, 355(9204**), 632.
- Morhan – Martin, J. & Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of Pathological internet use among college students, **Computer in Human Behavior, (16)**, 13-19.
- Morrison, C. & Gore, H. (2010). The relationship between excessive Internet use and depression: a questionnaire-based study of 1,319 young people and adults. **Psychopathology, 43**, 121–126.
- Mu Hu, M. (2007). **Social Use of the Internet and Loneliness**, dissertation presented in partial fulfillment of the requirements for the degree doctor of philosophy in graduate school of Ohio state university.
- Nalwa K. & Anand, A. (2003). Internet addiction in students: a cause of concern. **Cyber psychology and Behavior, 6(6),** 653-656.
- Nie, H. & Erbring, L. (2000). **Internet and society Stanford Institute for the Quantitative Study of Society (SIQSS)**. Retrieved June 16, 2013 from: http://www.standford.edu/group /siqcs/press- elease/preliminary_report.Pdf
- Ozcan, K. & Buzlu, S. (2007). Internet use and relation with the Psychological situations for a sample of university students, **Cyber Psychology and Behavior, 10(6),** 767–772.

- Pawlak, C. (2002). Correlates of internet use and addiction in adolescents, **Computer In Human Behavior, 63(5),** 164-170.
- Park, Y. & Song, J. (2002). The Psychological Characteristics of Juveniles regarding internet addiction, **Webhealth Res., (5),** 1-15.
- Reuters, R. (2008). **American Youth Trail Peersin Internet Usage**. Retrieved June 16, 2013 from
- http://www.reuters.com/article/idUSTRE4ANOMR20081124
- Shapira, N.; Goldsmith, T.; Keck, P.; Khosla, U. & Mc Elory, S. (2000). Psychiatric Features of individuals with problematic internet use, **Journal of Affective Disorders, 57(1-3),** 267– 272.
- Subrahmanyam, K. & Lin, G. (2007). Adolescents on the Net: Internet Use and Well-Being. **Adolescence, 42(168)**, 137-143.
- Suhail, K. & Bargees, Z. (2006). Effects of excessive internet use on undergraduate students in Pakistan. **Cyber Psychology & Behavior, 9(3),** 297-307.
- Tsai, H., Cheng, S., Yeh, T., et al. (2009). The risk factors of Internet addiction- a survey of university freshmen. **Psychiatry Research, 167,** 294–299.
- Turner, K.; Gordon, J.; Young, R. (2004). Cigarette access and pupil smoking rates: a circular relationship? **Health Promotion International, 19**, 428–436.
- Widyanto, L. & Mc Murran, M. (2004). The Psychometric properties on internet addiction test. **Cyber Psychology anal Behavior, 7(4),** 1– 4.
- Yang, S. & Tung, C. (2007). Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. **Computers in Human Behavior, 23,** 79-96.
- Young, K. (2007). Cognitive Behavioral Theory with internet addicts: treatment outcomes and implications. **Cyber Psychology and Behavior, 10(5)**, 671-679.
- Young, K. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. **American Behavioral Scientist, 48**, 402–415.
- Young, K. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder, **Cyber Psychology and Behavior. 1(3),** 237-244.

****